

Prima edizione – 05 luglio 2020

REGOLAMENTO

Durante la manifestazione sarà rilevato il tempo di percorrenza di ogni partecipante al fine di determinare una classifica finale.

Ogni atleta partecipante alla manifestazione dovrà obbligatoriamente compilare un modulo d'iscrizione e sottoscrivere leggere e compilare dei questionari in merito a:

- stato di buona salute
- capacità natatorie
- scarico di responsabilità
- conferma e rilascio dei propri dati personali
- accettazione quota di iscrizione e firma

L'accettazione finale dell'iscrizione è a discrezione insindacabile dell'organizzazione ed è da considerarsi confermata solo con la pubblicazione del proprio nominativo sulla starting list inviata con questa mail.

CERTIFICATO DI IDONEITA' ALL'ATTIVITA' SPORTIVA

Per la partecipazione alla manifestazione è **OBBLIGATORIO** il certificato di idoneità all'attività sportiva **AGONISTICA**, in corso di validità, per le discipline Nuoto o Triathlon.

UTILIZZO DELLA MUTA

L'utilizzo o il non utilizzo della muta è a totale discrezione dell'organizzazione, e seguirà le seguenti regole:

- **OBBLIGATORIA** con temperatura dell'acqua minore o uguale a 18°C;
- **FACOLTATIVA** con temperatura dell'acqua compresa tra 18,1 e 23°C;
- **VIETATA** con temperatura dell'acqua superiore a 23°

La temperatura dell'acqua verrà rilevata 30' prima dell'inizio di ogni gara

Sono ammessi inoltre costumi, mute smanicati e costumi da gara.

Tutto il resto è **vietato**.

Il personale dell'organizzazione controllerà il corretto svolgimento della nuotata.

I partecipanti potranno essere in qualsiasi momento costretti all'abbandono della manifestazione ad insindacabile giudizio degli organizzatori o dei medici. I partecipanti saranno tenuti a seguire ogni ulteriore misura di sicurezza predisposta dall'organizzazione.

**UNA VOLTA EFFETTUATA L'ISCRIZIONE, LA QUOTA VERSATA NON POTRÀ ESSERE
RESTITUITA**

INFORMAZIONI

La punzonatura consiste nel controllo visivo a cui ogni nuotatore che accede campo gara di partenza sarà assoggettato. Gli addetti verificheranno che ogni nuotatore sia equipaggiato delle dotazioni **OBBLIGATORIE** per la partenza alla gara.

Sono obbligatorie per ogni nuotatore le seguenti dotazioni (fornite in fase di Registrazione):

- **CUFFIA DELLA MANIFESTAZIONE** (fornita dall'organizzazione della gara)
- **CHIP** per rilevamento dei tempi, da indossare ALLA CAVIGLIA

Il CHIP dovrà essere OBBLIGATORIAMENTE RESTITUITO al momento dell'ARRIVO.

Il personale addetto sarà incaricato di prelevare da ogni nuotatore tale equipaggiamento, immediatamente dopo la linea di arrivo. Nel caso di mancata restituzione del chip, o in caso di danneggiamento, il nuotatore verrà fermato e sarà tenuto al rimborso del materiale fornito in prestito.

Chi non indosserà le dotazioni sopra citate non potrà prendere parte al via della gara.

Il cronometraggio sarà effettuato da un Official Timer SDAM con tecnologia basata sull'utilizzo di "chip".

Ogni partecipante sarà munito di chip giornaliero, che dovrà essere restituito al termine della gara. In caso di mancata restituzione, verranno addebitati 15,00€.

Informazioni e condizioni sull'utilizzo dei chip sono pubblicate sul sito SDAM all'indirizzo www.mysdam.it/info-chip.do

NB: il mancato o non corretto utilizzo del chip comporterà il non inserimento nella classifica e la non attribuzione del tempo impiegato.

PACCO GARA

Ad ogni nuotatore verrà consegnato in fase di registrazione un pacco gara, contenente:

- Una T-Shirt SWIMMINGINLOVE
- Cuffia della manifestazione
- Chip MYSDAM
- Ristoro post gara

In caso di mancato svolgimento per pessime condizioni atmosferiche o per altre gravi cause, l'importo versato quale quota d'iscrizione non sarà restituito. Verrà comunque consegnato il riconoscimento a ricordo della manifestazione.

REGOLAMENTO GARE

Per assicurare un corretto svolgimento della manifestazione e rispettare le tabelle orarie comunicate e prefissate, è stato dichiarato un **TEMPO MASSIMO DI PERCORRENZA** per ogni gara, al termine del quale gli atleti ancora in gara verranno fermati e fatti risalire sulle barche di assistenza. Il tempo massimo di percorrenza fissato è **pari a 3h**.

La partenza è prevista dall'acqua, in corrispondenza di una sagola segnalata da piccole boe bianche. I partecipanti che non rispetteranno l'allineamento di partenza sulla sagola, impugnandola con una mano, verranno automaticamente squalificati. La squalifica per antisportività è a insindacabile giudizio dell'organizzazione. Il particolare percorso sarà a forma

di cuore e sarà segnalato da 12 grandi boe gialle da tenere sulla destra, al contrario, la boa (rossa) nel centro della forma del cuore, sarà da tenere a sinistra.

Ogni nuotatore deve osservare con attenzione la cartina del percorso sapendo che NON saranno a disposizione tappe per rifornimenti. I partecipanti effettueranno 1 giro unico da 2500 mt.

N.B. LA PERDITA DEL CHIP DURANTE LA GARA DETERMINA LA SQUALIFICA E IL NON INSERIMENTO IN CLASSIFICA.

RITROVO PRE - GARA

I partecipanti sono tenuti ad essere pronti e preparati a nuotare presso il Lido *Lagolandia Beach*, almeno 1h prima dell'orario ufficiale di partenza (12:30). Il percorso e altre informazioni pertinenti saranno fornite durante il briefing pre-gara.

CONSIGLI UTILI

Per affrontare in sicurezza la nuotata si consiglia di prepararsi adeguatamente con allenamenti in piscina o in acque libere per un tempo di almeno 60/70 minuti.

Prima della gara è consigliabile consumare una colazione leggera, ricca di zuccheri e povera di grassi; Si sconsiglia inoltre di NON bere alcolici prima della gara.

Al via, partire in modo moderato e cercare il proprio ritmo respiratorio prima di forzare l'andatura. Si raccomanda inoltre di prestare attenzione agli altri nuotatori, al fine di evitare scontri e eventi di tipo traumatico.

Eventuale richiesta di soccorso in acqua, rivolta ai mezzi di servizio più vicini, va eseguita fermandosi, e alzando un braccio teso sopra la testa fino all'arrivo del mezzo di soccorso.

Gli organizzatori declinano ogni responsabilità a riguardo di furti o perdite di oggetti preziosi, borsellini, orologi, vestiti etc. contenuti nei sacchi gara che verranno consegnati per la custodia durante lo svolgimento della gara.

IN CASO DI CONDIZIONI METEO AVVERSE (PIOGGIA), LA GARA SI SVOLGERÀ IN OGNI CASO, SALVO CHE LE CONDIZIONI ATMOSFERICHE NON PEGGIORINO AL PUNTO DA COMPROMETTERE LA SICUREZZA DEI PARTECIPANTI.

CLASSIFICHE E PREMIAZIONI

Verranno premiati:

- I PRIMI 3 ATLETI ASSOLUTI UOMINI E LE PRIME 3 ATLETE ASSOLUTE DONNE
- I PRIMI 3 ATLETI DI OGNI CATEGORIA, UOMINI E DONNE

Categorie: Under 20, 21-30, 31-40, 41-50, 51-60, 61-70, Over 70

QUOTE DI ISCRIZIONE

La quota di iscrizione per partecipare la manifestazione è pari a **35€**.

Sconti e agevolazioni:

- Per i primi 25 iscritti: prezzo speciale di **25€**
- Dal 26esimo al 50esimo iscritto: **30€**